

# レテニュース 10月号

住所: 東京都大田区西馬込2-34-1  
電話: 03-3772-6680  
Email: [info@lete.jp](mailto:info@lete.jp)  
URL: <http://www.lete.jp>

フィットネス & スパ



ウェルネスコンプレックス レテ

ウェルネスコンプレックス レテは、株式会社レテが運営しています

## 新設されたサンデーヨガクラス

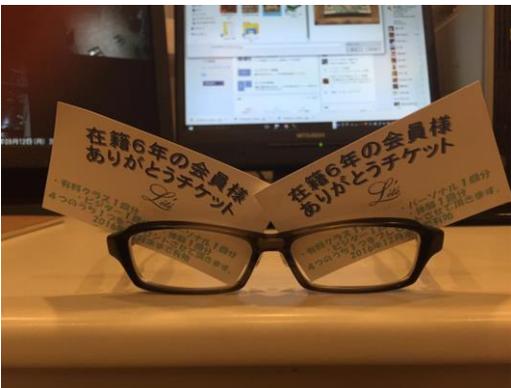
9月からレテの日曜夕方に新たに新設された「サンデーヨガクラス」が行われました。18日はaco先生、25日はMaki先生が担当でした。aco先生は6月からレテで指導している先生です。Maki先生は、なんと、9ヶ月ぶりにレテにいらして下さいました。これからの予定は以下となります。  
10月9日ヒカリ先生  
11月6日AYAKO先生  
12月11日KAKO先生  
以上の日程で月ごとに先生が変わりますので、是非、ご期待下さい。



写真上は久々のMaki先生。写真右はaco先生。



## 在籍6年の会員様に ありがとうチケットを配っています。



2009年3月のオープンから2012年9月入会までの在籍期間が6年になる会員様に、体験やビジターの無料チケット、パーソナルトレーニング無料チケットを配らせて頂いております。この機会にビジターで他の曜日を受けるのもOK、ご友人やご家族に体験して頂くのもOK、パーソナルを1回受けるのもOK。使い方は会員様次第となっております。12月31日までにご利用下さい。

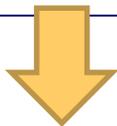
## 日光の鳴虫山に行きました

[トレッキングサークル 日光の鳴虫山]  
前日の雨の予報でコース変更したのですが、当日は予報が好転。結局、山頂まで登ってきました。最近、会員様のご家族やお友達が参加してくださり、嬉しい限りです。  
きつい下りに、ちょっとお怒り気味だった面々も、お酒が入ると満面の笑顔となりました。  
来月は、15日(土)を予定しています。奥多摩を考えていますので、是非、ご参加ください。



# 綺理先生のラストレッスン

9月29日(木) 綺理先生のラストレッスンでした。2009年のオープンから来て下さっていて会員様からは「話が面白い」「1番癒されるクラス」などと大評判のクラスです。気功棒を使った先生の経絡ヨガのレッスンは木曜日の夕方に行われ、多くの会員様から支持されました。今後、特別レッスンで復活が必ずあります。皆様、楽しみに待っていて下さい。10月からはaco先生のデトックスヨガが開催されます。こちらのクラスもよろしくお願い致します。



# ランニングイベント



スポーツの秋ということでランニングイベント開催致します。

11月26日(土)  
ランフォーザキュア  
⇒皇居を走るイベントです。  
毎週木曜日20時よりレテのランニング練習会やってます! 気楽にいらして下さい。

# キッズダンスメンバー募集

毎週水曜日に行われているキッズダンスクラスはメンバーを募集しております。昨年10月よりSHI⇒NA先生を招聘して、動き出した新しいクラスです。ぜひ見学、体験にいらして下さい。

毎週水曜日 17:15~  
キッズダンス  
SHI⇒NA先生



# NAOKO先生のZUMBA

9月19日には秋バージョンでNAOKO先生のZUMBAが行われました。季節の変わり目に訪れる月曜祝日は、NAOKO先生の特別ZUMBAレッスンが行われます。10月10日には体育の日でZUMBAレッスンが行われます。こちらも楽しみです。



## お知らせ

「今月のランニング」  
毎週木曜20時より行います。

「今月のトレッキング」  
今月は、15日を予定しています。  
奥多摩に行く予定です。

「パーソナルトレーニング」  
※パーソナルトレーニングは非会員様も受けられます。

◆非会員様料金◆  
一回(45分) 5,150円  
お風呂・シャワーご利用の場合プラス540円(女性のみ)

「マ・テニススクール受講生募集中」  
プロを育てた実績を持つ宮本恵造プロコーチによる。子どもたちがどんどん上手くなるレッスンです。公式大会を目指すジュニアの為の選抜コースも好評稼働中です。体験は随時受け付け中。気軽にお問合せ下さい。

「ストレッチポール販売中」  
ストレッチポールMX

ストレッチポールEX太 9,167円

ストレッチポールEX太ネイビー 9,064円

ストレッチポールハーフ 8,652円

ストレッチポールハーフネイビー 6,798円

ストレッチポールハーフネイビー 6,180円